

2016. május 18., keddi edzés

„Fizili” gyorsok, hátúszás technikázás, 5 perces úszások, új úszónő az 5-ös pályán

I. futam								
	Batta Gyula 1953		Barak Máté 1987		Legoza Éva 1959		Szentjóni Szabó Enikő 1966 (gyors-hát)	
Táv (m)	összidő	részidő	összidő	részidő	összidő	részidő	összidő	részidő
50	0:46		0:50		~0:50		0:43	
100	1:35		1:40		1:43		1:29	
150	2:24		2:35		2:40		2:18	
200	3:15		3:35		3:39		3:07,5	
250	4:07		4:37		4:35		[~3:57]	
300	4:51						4:45	
350								
Össz- táv (m)	312,5		270		273		319	

II. futam									
		Salamon Tibor 1981		Kiss Dániel 1992		Fizil Ádám 1988		Vas András 1970	
Táv (m)	összidő	részidő	összidő	részidő	összidő	részidő	összidő	részidő	
50	0:39		0:37,5		0:34		0:37,5		
100	1:21		1:18		1:11,5		1:18		
150	2:04		2:00		1:50		1:59		
200	2:47		2:42,5		2:29		2:39		
250	3:31		3:26		3:10,5		3:20		
300	4:13		4:09		3:52		4:00		
350	4:53		4:54		4:34		4:40		
Össz-táv (m)	362,5		361		384		377 400 m: 5:19,16		

I. futam									
		Nemes Dániel 1965		Kovács Mihály 1978		Soltész István 1963			
Táv (m)	összidő	részidő	összidő	részidő	összidő	részidő	összidő	részidő	
50	0:37,5		37,5		0:34				
100	1:18,5		1:18,5		1:12,5				
150	2:03,5		2:03		1:52,5				
200	2:50		2:50		2:34,5				
250	3:37		3:38		3:18				
300	~4:25		4:29		4:02				
350					4:47				
Össz- táv (m)	342,5		336		368 400 m: 5:30,85				